

הרב ישראל אריאל

ארוחה לפני מארב ולאחריו*

ראשי פרקים:

- א. בימות החול – אכילה ושחיה לפני תפילת שחרית ולאחר לילה של מארבים
- ב. בשבת – קידוש ואכילה לפני תפילת שחרית לאחר ליל מארבים
- ג. אכילת ארוחה חלבית בסמוך לארוחה בשרית לקראת ליל מארבים



א. בימות החול – אכילה ושחיה לפני תפילת שחרית ולאחר לילה של מארבים

המקור לאיסור אכילה לפני התפילה הוא הגמרא בברכות (י ע"ב) שם קובעת הגמרא שני טעמים לאסור:

א. "לא תאכלו על הדם" – לא תאכלו קודם שתתפללו על דמכם". בפשטות, הכוונה היא: לא לאכול טרם התפללנו על נפשנו.

ב. טעם נוסף המובא בגמרא: "כל האוכל ושוחה ואח"כ מתפלל, עליו הכתוב אומר: 'ואותי השלכת אחרי גוך', אל תקרי: 'גוך', אלא – 'גאיך'. אמר הקב"ה: אחר שאכל ושתה ונתגאה זה, קבל עליו עול מלכות שמים". נראה שעצם הפסוק מלמד, שתפילה אחרי אכילה פירושה, שהאדם משליך את התפילה והדביקות בקב"ה אחרי גוך; קודם מטפל בהנאות גופו, ואח"כ בעיני שמים. 'ואותי השלכת' – כלומר, אותי, את עיני השמים שלך, השלכת, למתי? 'אחרי גוך'. לא רק זאת, אלא שהטיפול בעיני הגוף והקדמתו לעיני שמים, כשמדובר באכילה ושחיה הממלאת את הגוף, זוהי פעולה המוסיפה "גאוה", שאינה מניחה מקום לתפילה כהלכתה, בעוד שהתפילה צריכה להיות בכניעה ובהרגשת אפסות האדם ודלותו בעומדו לפני בוראו.

אם בדרך כלל רצוי לקיים את האמור במשנה על חסידים הראשונים, שהיו שוהים שעה אחת קודם תפילתם, ומכינים עצמם לתפילה בכוונה, בטהרת הלב ובהכנעה, תביא האכילה לפני התפילה למצב הפוך: גאווה והרגשת אנוכיות בהכנה לתפילה. משום כך בא גם הדבר להלכה, שאין לאכול לפני התפילה.

מאידך גיסא, הננו מוצאים בדברי הרמב"ם (הלכות תפילה פ"ה ה"ב) "שהרעב והצמא הרי הם בכלל החולים". ולפיכך, קובע הרמב"ם להלכה: "לא יתפלל עד שיאכל". נמצא, שחובה לאכול לפני התפילה, כשהאדם רעב וצמא על מנת לאפשר לו להתכוון בתפילה. בזמננו, שאין מכוונים לצערנו בתפילה כל כך, פסק ה"שלחן ערוך" (או"ח סימן פט), שאין חובה לאכול, אך גם לשיטתו הרוצה לאכול – רשאי.

מדברי ה"שלחן ערוך" משתמע, ש"צמא ורעב", הכוונה היא, כל מי שמרגיש מעט רעב או צמא, לפיכך, הנושא טעון הגדרה. נושאי כלים על הרמב"ם לא הביאו מקור לדבריו; שהרעב והצמא בכלל חולים הם, וכרגע נראה לי, שמקורו מתהילים קז: "רעבים גם צמאים נפשם בהם תתעטף", וכן "העטופים ברעב בראש כל חוצות". לפי התרגום, "תתעטף" פירושו חולשה. אם כן, אין מדובר בסתם רעב וצמא, כמקובל אצלנו מארוחה לארוחה וכדו', אלא ברעב וצמאון קשה, שלגביהם נפסק, שלמרות שיכולים להחזיק מעמד גם אם יתפללו, בכל זאת התיירו להם לשבור את רעבונם וצמאונם, ולהשקיט את רוחם, על מנת שיוכלו להתפלל ולכוון בתפילתם. במקרה זה אין כאן איסור של "ואותי השלכת אחרי גוון", ואין כאן הדגשת הגוף של האדם ומידת גאוה, אלא להיפך, זו ההכנה הטובה ביותר לתפילה ולכוונה. אולם זאת, רק כאשר מדובר ברעב וצמא שיש עמהם חולשה בדומה למחלה. אך כל עוד מדובר ברעב וצמא שהם הפסקה של שעות אחדות בלבד, בין ארוחה לארוחה, אין זה דומה למחלה, ואין דיתר לאכול לפני התפילה.

באשר לשתייה בלבד של מים או כוס תה וקפה לפני התפילה, מובא בטור (סימן פט), שאביו הרא"ש היה נוהג לשתות לפני התפילה, על מנת לחזק את עצמו, וכן מובא בספר "מחצית השקל", שכך היה נוהג ר' חיים ויטאל, והדבר מותר. וכך המנהג המקובל במיוחד בשבת, שמתחילים את התפילה מאוחר שיש השותים תה או קפה לפני התפילה.

לענינו, יש להוסיף גורם בעל משקל שיש להביאו בחשבון, וזה חוסר שינה של לילה שלם. הנסיון מוכיח כי אחר שמירה על עירנות במשך לילה שלם, קשה לעמוד בתפילה במשך כחצי שעה, או שלשת רבעי שעה, בלי שהעיניים נעצמות. כמו כן מרגישים פיק ברכיים עם אפשרות התמוטטות באמצע תפילת שמונה עשרה. לכן יש לברוק בכל מקרה לגופו, ואם אמנם מידת העייפות והחולשה היא כה גדולה, עד שאינה

מאפשרת תפילה כהלכתה, בהצטרף לרעב ולצמא, הרי בהחלט אפשר לאכול, על מנת לחזק את הגוף לתפילה. זאת בהסתמך על דעת הרמב"ם הנ"ל, שמי שדומה לחולה, עד כדי שלא יוכל לבחון בתפילתו רשאי לאכול.

אולם, אם יצא שחלק משעות הלילה עברו בשינה, כגון בזמן הנסיעה וכדו', והאדם מרגיש את עצמו חזק מספיק לעמוד לתפילה, די בשתיית משהו חם לחיזוק גופו ויתפלל.

באשר לזמן האכילה ביחידה, זמן זה אינו צריך לחייב אותך. הפתרונות המעשיים ביותר הם שניים: או לקחת מנה יחד עם כולם, להניחה בצד ולאכול לאחר התפילה, או לסכם עם הטבח (ובמידה שאין לו את ההבנה הדרושה לכך לגשת את מפקד היחידה) ולהסדיר דרך קבע קבלת ארוחת בוקר מיוחדת לאחר התפילה.

לאור האמור לעיל נמצאנו למדים:

- א. במצב רגיל, מותר אדם לשתות לחיזוק גופו קודם התפילה רק מים או תה או קפה וכיו"ב (עי' משנה ברורה סימן פט ס"ק כב).
- ב. כאשר אדם רעב וצמא מאוד, לדוגמא בחום גדול או לאחר מאמץ מרובה, כשהאדם מרגיש צימאון חזק, וחולשה גופנית כתוצאה מכך, רשאי לאכול ולשתות בהתאם לדעת הרמב"ם שהרי הוא בכלל החולים.
- ג. כאשר אין האדם רעב וצמא עד כדי חולשה, אך מצטרפת לכך עייפות של לילה שלם, ללא שינה, ותפילתו תיעשה קרעים קרעים, ויש חשש, שאפילו לא יצא ידי חובת קריאת שמע ותפילה, בוודאי רשאי לאכול לסעוד את גופו, אם מרגיש שהאכילה מחזירה לו את צלילות דעתו. זאת בהסתמך על דעת הרמב"ם, שהרי הוא בכלל החולים.

ב. בשבת – קידוש ואכילה לפני תפילת שחרית לאחר ליל מארביים

לגבי תפילת שבת שהיא ארוכה יותר, וכוללת קריאת התורה ומוסף, מתעוררת השאלה באיזו מידה אפשר לבחון בתפילה, ולהתזיק מעמד משך כל התפילה לאחר לילה ללא שינה. ולכן, במידה שהאדם מרגיש בעצמו שהאכילה מחזקת את הגוף, וגורמת לצלילות הדעת ומאפשרת להתפלל ללא הפרעות, רשאי במקרה זה לאכול. אלא שכאן קיימות שתי אפשרויות:

אפשרות ראשונה: לטעום משהו לפני התפילה, שתייה ועוגות וכדו', בלא לקדש, וזאת בהסתמך על דעת הראב"ד (בהשגותיו על הרמב"ם הל' שבת פכ"ט) הסובר, שהאיסור לטעום כלום לפני הקידוש, הוא דוקא בקידוש של ליל שבת, שהוא חיוב מן התורה, אך בקידוש היום,

לדעת הכל רובנן הוא. אמנם קידוש היום נקרא "קדושא רבה" – קידוש גדול (פסחים קו ע"א), אך הדבר נאמר שם בלשון "סגי נהור" בלבד, משום שקידוש זה מעיקר הדין, אין בו יותר מאשר ברכת "בורא פרי הגפן". לדעת הראב"ד, עיקר המושג "קידוש" נאמר על הקידוש של ליל שבת, ושם נאסרה האכילה לפניו, מה שאין כן בבקר, אין לדעת הראב"ד איסור אכילה לפני קידוש. אכן, דעתו הובאה להלכה ב"שלהן ערוך בעל התניא" (סי' רפט ס"ב) שבשעת הדחק אפשר לטעום לפני קידוש של יום בהסתמך על דעת הראב"ד.

אולם כל הפוסקים הלכו בשיטת הרמב"ם, שאסור לטעום לפני קידוש של יום כדרך שאסור לטעום לפני קידוש של לילה. בעל "מגדל עוז" שם, מחזק את דעת הרמב"ם ואומר, שעיקר קידוש של שבת דוקא ביום, שנאמר: "זכור את יום השבת לקדשו, זכרהו על היין". מעתה, מאחר שהפוסקים דחו את שיטת הראב"ד, לפי זה אין היתר לטעום לפני הקידוש.

אפשרות שניה: לפני התפילה לקדש ולאכול, שכן גם לדעת הרמב"ם וההולכים בשיטתו, שאין לאכול לפני הקידוש, אין האיסור חל, אלא לאחר התפילה ולפני הארוחה, שאז חלה חובת קידוש. כמו שכתב הרמב"ם (פכ"ט הלכה ט): "ומצוה לברך על היין ביום השבת קודם שיסעוד סעודה שניה", שהקידוש בא כפתיחה לסעודה, ורק לאחר שהתפללו, מותר לאכול, ומצוה לאכול, אז גם חלה חובת הקידוש (עי' בטור סי' רפט ופוסקים אחרים).

מאידיך גיסא, לפני התפילה לא חלה כלל חובת קידוש. לפיכך, אדם ששותה לפני התפילה אינו צריך לקדש לפני שתיה. עם זאת, אדם שהותר לו לאכול לפני התפילה ראוי שיקדש לפני כן.

וכך גם פוסק החפץ חיים ב"ביאור הלכה" (סימן רפט): "ומי שהותר לו לאכול ולשתות קודם תפילה, כגון שהוא לרפואה, פשוט שצריך לקדש מתחילה".

בהתאם לכך: אם חייל מרגיש, שבלא שיאכל, לא יוכל להתפלל, והאוכל עברו הוא כרפואה וחיוק לגופו, לאחר לילה ללא אוכל ושינה כנ"ל, מותר לו לאכול, ויקדש לפני האוכל על היין.

לסיכום שאלה זו:

- א. לדעת הראב"ד – רשאי לטעום לפני התפילה עוגות וכדו' גם ללא קידוש, ואם יש בדבר לחזק את גופו לתפילה, אפשר לעשות כך בהסתמך על שו"ע בעל התניא.
- ב. לדעת הרמב"ם – יש צורך בקידוש בתחילה, אולם אז יוכל לא רק לטעום אלא אף לאכול ממש כמו שאוכל לרפואה.

זאת בתנאי האמור לעיל, שאכילתו מחזקת אותו מחולשתו ועייפותו, ומאפשרת לו לומר קריאת שמע ותפילה, ללא חשש שמא יעצמו עיניו ושלא תיעשה תפילתו קרעים קרעים.

ג. אכילת ארוחה חלבית בסמוך לארוחה בשרית לקראת ליל מארבים

שיטת הפוסקים היא, להפסיק שש שעות בין אכילת בשר לחלב (עי' שו"ע יו"ד סי' פט ס"א), לעומתם, יש פוסקים שקבעו, כי די בשעה אחת של הפסקה בין ארוחה לחברתה ובלבד שיברך ברכת המזון לאחר סעודה ראשונה. להלכה קובע הרמ"א, כי "יש מדקדקים להמתין שש שעות אחר אכילת בשר לגבינה וכן נכון לעשות". ב"ערוך השולחן" הוכיף: "וחלילה לשנות, ובה נאמר זפורץ גדר ישכנו נחש".

לכן, מעיקר הדין, יש להמשיך לקיים הפסקה של שש שעות בין בשר לחלב, גם שש שעות אלו, יש מקום לומר, שאינן מליאות, ואם יש הפסקה של חמש שעות ועוד משהו חל על כך הכלל ש"מקצת שעה ככולה", ומותר לאכול, זאת מאחר ומדובר במנהג להחמיר, ובשעת הדחק יש להקל.

גם אלו הסוברים, שיש לשמור על שש שעות הפסקה, מודים, שלגבי אדם חולה, אפשר ללכת לפי הדיעה הסוברת שדי בשעה אחת. "וכן: ער ונערה כחושים, ורפואתם לשנות חלב, די להם בהמתנה שעה" (ב"ש"ך השלחן" יו"ד סי' פט ס"ז).

ארוחה מזינה לחייל לפני יציאתו למארב לילי ממושך, ובמיוחד בלילות חורף ארוכים, קרים וגשומים, היא חיונית לשמירת חום גופו, עירנותו והשקט הנפשי לו הוא זקוק בהמתנה משך שעות ארוכות. חושי החייל צריכים להיות מחודדים, לא רק כדי לקדם פני אויב, אלא מחשש פגיעה בחברים למארב בהעדר עירנות מספקת, וכבר אירעו מקרים של אבידות בנפש מחמת טעות.

בהתאם לכך, אם ניתן להסתדר בארוחת ערב, על ידי העדפת כמה מצות "פרוזה" בארוחה, כמו: סלט, ביצים, תפוחי אדמה וכדו', ואכילתם בכמות גדולה יותר, הדבר רצוי.

אם הארוחה מבוססת בעיקר על פריטים חלביים, כגון: סוגי גבינה, דייסת חלב, שתיה חלבית – מותר במקרה זה לאכול את הארוחה החלבית, בהסתמך על הדיעות והמנהגים שנהגו לקיים הפסקה בין אכילת בשר לחלב, כמירווח הזמן, שבין ארוחה לארוחה בלבד, ולאו דווקא הפסקה של שש שעות.

מי שנהג עד עתה לשמור הפסקה של שש שעות, יש לעשות הררת נדרים על מנהג טוב שנהג בעצמו, ולומר, שאינו מתחרט על המנהג הטוב

שנהג עד כה, ונהג כך כי לא ידע שיעמוד בפני בעיה בנושא זה בשירותך הצבאי. את התרת הנדרים יש לעשות בפני שלשה והם יאמרו: "מותר לך" שלש פעמים.

המנהג להפסיק שש שעות הוא עתיק ומבוסס, וטעמים שונים מנו בו הפוסקים, ומהם:

- א. טעם שומן הבשר מורגש בפה משך שעות אחדות לאחר אכילתו.
- ב. שאריות בשר עדיין קיימות בין השיניים שעות אחדות לאחר אכילתו. מסיבות אלו, לאחר שש שעות, שטעם הבשר נעלם, וכן שאריות הבשר, מותר לאכול מוצרי חלב.

מעתה, חייל, שהנסיבות מחייבות אותו לאכול ארוחה חלבית בתוך שש שעות לארוחה בשרית, יוכל לשטוף את שיניו במברשת שיניים, ואז יהיה בכך צד נוסף להקל, שכן, זו הלכה בצידה, ובשטיפת שיניים יסודית נעלמות שאריות הבשר וטעם הבשר. תהיה בכך סיבה נוספת להקל בנוסף לאמור לעיל.

לסיכום בעיה זו:

- א. התנאים הקשים של החייל במארב לילי, בפרט בלילות החורף הקרים והארוכים, מחייבים אכילת ארוחה חמה ומזינה.
- ב. אי לכך, כשהארוחה מורכבת בעיקר מיסודות מזון חלביים, אפשר לאכול גם לאחר הפסקה של שעה בין ארוחה לארוחה בדומה לחולה או נערים חלושים (כנזכר בדברי הרמ"א סימן פט, הגהות מהרש"א, יד אפרים ובערוך השולחן).
- ג. במקרה זה יש לשטוף ולהדיח את הפה, אם על ידי שטיפה או אכילת לחם, פירות וכדו', שינקו את הפה משאריות הבשר ומטעמו (יו"ד שם). שטיפת שיניים במברשת שיניים ובמשחה בוודאי שיעילה יותר.
- ד. מי שנהג עד כה לשמור על הפסקה של שש שעות, צריך לעשות התרת נדרים על מנהג טוב שנהג בעצמו.
- ה. בכל מקרה, שבו הארוחה מתבססת על מנות משביעות אחרות, וניתן לוותר על גבינה וכדו', מן הראוי לעשות כן, בהתחשב בדעת הפוסקים, שיש לעשות הפסקה של שש שעות וטעמם ונימוקם עימם.